

★こたえ★ あずき 小豆 でした！



あずき 小豆には

- おなかの調子をよくする 食物繊維
- 病気になるにくくする ポリフェノール
- つかれにくくする ビタミンB1

などが含まれています。

9月26日の献立は、赤紫色の小豆を萩の花に見立てた、萩の花ごはんです。

しっかり食べてくださいね★

赤磐市立東学校給食センター H29.9



いんげん豆の煮物

おまけに大豆のきなこ。

12月、お日の代わりです。おまけに大豆のきなこ。おまけに大豆のきなこ。



大塚 吉 寺の湯

大塚 吉 寺の湯

(火)BASE

AKB

野食給食センター

※おまけに大豆のきなこは、おまけに大豆のきなこ。